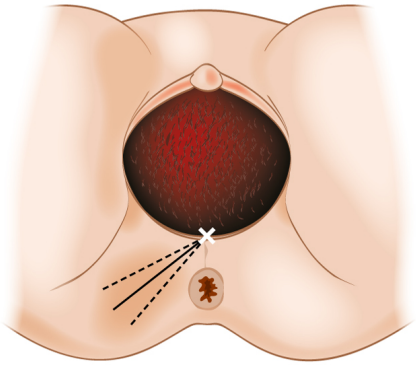
STUDIO GINECOLOGIA BATTAGLIA

Ecografia diagnostica
Specialista FMH Ginecologia & Ostetricia Operatorie
Medicina complementare integrata

Via Nassa 46 – 6900 LUGANO Tel. 0041 91 9232242
Fax 0041 91 9227166
Via Cantonale 54 – 6983 MAGLIASO Tel. 0041 76 5160300
Fax 0041 91 6009092
Mail Address: levatrice@studioginecologiabattaglia.com
Web site: www.studioginecologiabattaglia.com
FB e Instagram: studioginecologiabattaglia

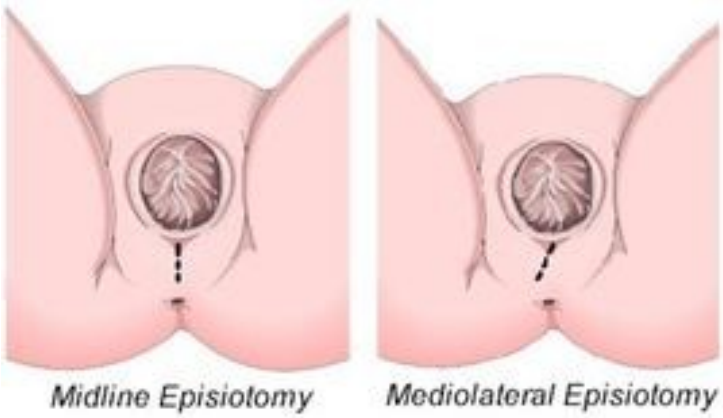
L'episiotomia

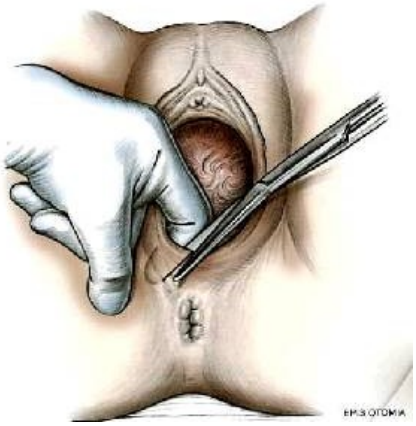


L'episiotomia, definita da tutte le donne come "il taglietto durante il parto" che viene effettuata dall'ostetrica o dal ginecologo nella zona genitale tra la vagina e l'ano nel momento in cui la testa del vostro piccolo sta per uscire.

Perché si pratica? Si pratica per dare più spazio e favorire la fuoriuscita della testa.

Questo taglio può essere "mediano" se va dritto dalla vagina all'ano, oppure "medio-laterale" se invece è un po' in obliquo verso sinistra o destra.





L'episiotomia è una pratica che viene effettuata **solo se strettamente necessario**, dopo un'accurata valutazione del benessere materno fetale, del perineo, dell'elasticità e tonicità dei tessuti del pavimento pelvico.

Questa valutazione *si può fare SOLO ed ESCLUSIVAMENTE quando la testa fetale poggia sul vostro perineo, ossia quando i papà coraggiosi riusciranno a intravedere la testolina del piccolo.*

Solo in quel momento a poche spinte dalla fuoriuscita della testa fetale, si potrà decidere la consistenza dei tessuti e la necessità di un'episiotomia.

È dolorosa? Qualora servisse l'episiotomia, sappiate che per evitare che sentiate dolore vengono usate diverse accortezze:

1. viene fatta l'anestesia locale con un'iniezione;
2. il taglietto viene fatto sempre e solo durante la contrazione e durante la spinta.In questo modo non ve ne accorgerete.

Come preparare il perineo? Per prevenire le lacerazioni è necessario prepararsi per tutti i 9 mesi della gravidanza con un po' di ginnastica perineale.

1. esercizi perineali a terra;
2. massaggio del perineo;
3. assumere posizioni che favoriscano l'apertura del perineo durante il travaglio e il parto:
4. *seguite bene cosa vi dice l'ostetrica*: è lei che valuta la situazione e la condizione del perineo, quindi in base a ciò che vede vi dirà di fare delle cose (soffiare invece di spingere ad esempio, di spingere un po' meno forte ma più a lungo...). Con queste indicazioni, l'ostetrica vi guida verso un parto meno traumatico. Queste attività, alleneranno il vostro perineo, rendendolo così più tonico, elastico e quindi capace di accogliere bene la testa fetale accompagnandola fuori senza troppi traumi.

Come proteggere il perineo durante le spinte

- Spinte nell'espirazione non a glottide chiusa trattenendo il respiro
- Capacità di rilassamento
- Situazioni ambientali che non provochino irrigidimento
- Posizioni libere e alternative
- Nessuna visita durante il periodo espulsivo
- Compresse calde durante le spinte e le pause
- Lubrificante